TUNTURI®

Atala®
home fitness

il movimento è benessere

ritrovalo nel comfort di casa tua

Svolgere un'attività fisica regolare e costante significa prendersi cura di sè stessi e vivere in salute, regalandosi benessere fisico e mentale.

Con ATALA HOME FITNESS puoi farlo stando comodamente a casa tua, secondo i tuoi ritmi e libero da qualsiasi vincolo di orario, forma o condizioni meteo!

Perdere peso, tonificare, allenarsi o recuperare energia: gli attrezzi ATALA HOME FITNESS sono ideali per uomini e donne di ogni età e per ogni livello di forma fisica e di allenamento.
Una linea completa di attrezzi, tanto efficaci nelle prestazioni quanto piacevoli nel design e nell'ergonomia, di grande versatilità e dagli ingombri razionali. Utili anche in caso di riabilitazione o per persone dalla mobilità ridotta, gli attrezzi ATALA HOME FITNESS sono inoltre ideali per integrare gli allenamenti svolti in piscina o in palestra.

Atala Home Fitness:
regalati momenti di benessere.

Gli articoli Atala Home Fitness sono progettati e dedicati all'uso domestico e non professionale. Non possono quindi essere affittati o utilizzati in palestre a scopo commerciale.

CON ATALA HOME FITNESS...
...la sicurezza è di serie!

Tutti gli attrezzi Atala sono progettati e realizzati nel rispetto assoluto delle normative di sicurezza vigenti.
Sono conformi agli standard europei secondo le norme EN 957 riguardanti la sicurezza delle attrezzature sportive da allenamento e rispettano tassativamente anche tutte le norme di sicurezza elettriche ed elettromagnetiche previste dalla normativa CE.

...curi il tuo corpo e rispetti la natura

RoHS
Prendersi cura di sé significa anche rispettare l'ambiente che ci circonda. Tutte le attrezzature Atala Home Fitness sono a basso impatto ecologico, in quanto progettate in piena conformità alle norme contro l'impiego di sostanze nocive (RoHS) e per il riciclo dei materiali (Raee).
Una parte del prezzo di vendita viene inoltre impiegata per le attività volte allo smaltimento e riciclo dei rifiuti come contributo destinato al consorzio Ecoped.

Recentemente è stato attivato da Ecoped il sistema Ecoguard, volto a certificare il processo di riciclo dei rifiuti affinché l'ambiente e i consumatori ne traggano beneficio.

ATALA PERSONAL TRAINER ON LINE

Anche a distanza, ti seguiamo da vicino

Dedicato a chi possiede e utilizza attrezzature Atala Home Fitness, il Personal Trainer On line è il servizio gratuito che Atala mette a disposizione per offrirvi in qualunque momento una consulenza qualificata e personalizzata.

Proprio come in palestra, professionisti del settore ti seguiranno passo dopo passo nell'allenamento, con programmi specifici per i tuoi obiettivi personali e il livello di preparazione fisica.

Manterrai forti le tue motivazioni ed effettuerai un allenamento personalizzato, sfruttando pienamente le potenzialità del tuo attrezzo e massimizzando i risultati.

Per iscriversi e accedere al servizio è sufficiente collegarsi al sito www.atala.it, sezione Home Fitness, oppure scrivere direttamente a personaltrainer@atala.it.

Buon divertimento!

il cardio training
fa bene al Cuore, al Corpo, al Cervello

Il Cardio Training comprende tutte le attività di allenamento aerobiche, quelle in cui l'esercizio richiede un elevato consumo di ossigeno, con il miglioramento delle capacità cardio-vascolari e cardio-respiratorie.
Tanti sono i benefici: bruciare grassi e smaltire i chili superflui, tonificare la muscolatura, aumentare la resistenza e la capacità di recupero. Con il cardio fitness non solo ti sentirai più Fit e in salute, ma sarai più energico e produttivo e combatterai meglio lo stress fisico e mentale.

Atala Home Fitness ti propone un'ampia scelta di modelli per un efficace allenamento Cardio: Treadmills (pedane da corsa), Ellipticals (biciclette ellittiche), Stationary Bikes (bici recupero forma).
E per tonificare, Atala Home fitness completa la sua offerta con la Pedana Vibrante e attrezzi specifici per la tonificazione.
Scopri la nuova gamma ATALA HOME FITNESS e TUNTURI e scegli il modello adatto a te!

HOME FITNESS

INDEX

Per la nuova stagione, la divisione Atala home fitness cresce e si arricchisce con una selezione dell'offerta TUNTURI, storico marchio scandinavo leader nella produzione di attrezzature innovative e di alta gamma per il fitness.

Presente sul mercato internazionale da oltre 90 anni, il marchio Tunturi è da sempre sinonimo di qualità, design e sicurezza.

L'offerta Tunturi 2014 si compone di prodotti che si caratterizzano per un utilizzo professionale, alcuni dei quali studiati specificatamente per la riabilitazione. I prodotti Tunturi si caratterizzano infatti per una cura particolare dell'ergonomia e della comodità di utilizzo dell'attrezzo e presentano pronunciate caratteristiche di solidità e innovazione.
Con un attrezzo Tunturi la tua postura risulta corretta, il tuo allenamento pratico e la tua motivazione ai massimi livelli!

EXCLUSIVE FITNESS EQUIPMENT

COLLEZIONE 2014

L'UNICITA' DI TUNTURI

Con oltre 90 anni di esperienza, Tunturi è pioniere nella produzione di attrezzi per il fitness. Ha sviluppato soluzioni innovative riguardanti la sicurezza, il comfort e l'efficacia dell'allenamento. Ogni programma è, inoltre, riconoscibile dal simbolo che lo contraddistingue. Grazie a queste caratteristiche, il training con gli attrezzi Tunturi è sempre più divertente e stimolante!

T-RIDE™ T-ROAD SIMULAZIONE DELL'ALLENAMENTO ALL'ESTERNO

Funzioni con le quali potrete vivere, nella comodità di casa, la sensazione dell'allenamento all'aperto: vi allenerete fra diversi paesaggi grafici e i percorsi visualizzati vi seguiranno nella vostra performance in modo interattivo.

FIT TEST RACE PROGRAMMI MOTIVANTI

L'allenamento in casa presenta grandi vantaggi ma per ottenere risultati è importante essere stimolati. Le funzioni fit test e race manterranno alta la vostra motivazione e il vostro impegno e vi permetteranno di monitorare i vostri progressi, adeguando il livello dell'esercizio alle vostre esigenze.

T-SCALE™ T-TRAINER™ INTENSITÀ E LUNGHEZZA VARIABILE DEI PROGRAMMI

Tunturi offre un'ampia scelta di opzioni di allenamento. Con T scale e T trainer potrete regolare ciascun programma in base alle vostre esigenze, variando intensità e durata del training.

USER PROG USER REG IMPOSTAZIONI PERSONALIZZATE

Ecco il vero training su misura! Potrete registrare tutte le vostre impostazioni personali e memorizzare il vostro programma di allenamento.

OWN KCAL VISUALIZZAZIONE ACCURATA DI KCAL/WATT

Gli ergometri Tunturi sono in grado di calcolare il consumo di energia espresso in Kcal. L'accurata visualizzazione del consumo calorico al termine dell'allenamento rappresenta una motivazione per la regolarità dell'esercizio fisico e una verifica del miglioramento della vostra forma fisica.

T-FLEX™ UNA SUPERFICE DI CORSA COMODA ED ESCLUSIVA

Il sistema T-Flex™, con effetto ammortizzante, alleggerisce l'impatto sulle articolazioni ed è pertanto consigliato dai fisioterapisti. È un vero must quando sicurezza e comodità sono il vostro obiettivo principale.

MISURAZIONE FREQUENZA CARDIACA CON SENSORI PALMARI

Questo simbolo indica la misurazione della frequenza cardiaca che si ottiene mediante sensori palmari situati sulle impugnature.

MISURAZIONE FREQUENZA CARDIACA CON FASCIA TORACICA

Questa caratteristica offre la massima libertà all'utente durante l'allenamento. La fascia toracica invia al monitor dati accurati sulla frequenza cardiaca.

T-PULSE™ PROGRAMMA DI ALLENAMENTO CARDIACO

T-Pulse™ offre un programma di allenamento cardiaco completo. E' un concetto unico di Tunturi basato sul miglioramento dell'allenamento sviluppato sul controllo della frequenza cardiaca.
Il prodotto Tunturi da voi utilizzato, regolando l'intensità, consente di rispettare i valori di frequenza cardiaca prescelti al fine di ottimizzare i risultati dell'allenamento.

INGRESSO USB PER ASCOLTARE I FILE MUSICALI

L'ingresso usb nella console offre la possibilità di allenarvi al ritmo della vostra musica preferita.

T-SCALE™ RICHIUDIBILE E PRATICO PER UN MINOR INGOMBRO

I pratici sistemi di chiusura e le rotelle di spostamento vi consentiranno di riporre agevolmente il vostro tapis roulant quando non vi allenate.

TREADMILL PURE 10.0 Il massimo per la corsa indoor

Frequenza utilizzo: quotidiana
Peso max utilizzatore: 150 kg
Tipo di utilizzo: semi-professionale e domestico

CARATTERISTICHE TECNICHE
Potenza motore: 3,5 HP continui (standard IEC S2)
Velocità: 0,8-22 km/h
Elevazione elettronica: 0-12%
Superficie di corsa: 50 x 150 cm
Dimensioni aperto (lungh. x largh. x h): 145 x 208 x 82 cm
Peso: 140 Kg
Rilevazione cardio: fascia cardio e sensori palmari

FUNZIONI DISPLAY
Display: 15" tft-lcd con retroilluminazione led touch screen
Programmi: 35
Tipo di programmi: manuale, quick start, hrc, profili preimpostati, race, users
Funzioni avanzate: Fitness test cooper, camminata 2 km, media player, internet WIFI, connessioni USB e smart phone

1 **Funzioni avanzate** per personalizzare l'allenamento
2 **Design esclusivo** accesso facilitato
3 **Maniglioni rehab** opzionali per utilizzi in ambito riabilitativo
4 **Nastro ortopedico** per salvaguardare le articolazioni

TREADMILL PURE 4.0 Personalizza il tuo allenamento

Frequenza utilizzo: quotidiana
Peso max utilizzatore: 135 kg
Tipo di utilizzo: semi-professionale e domestico

CARATTERISTICHE TECNICHE
Potenza motore: 2,5 HP continui (standard IEC S2)
Velocità: 0,8-18 km/h
Elevazione elettronica: 0-12%
Superficie di corsa: 50 x 150 cm
Dimensioni aperto (lungh. x largh. x h): 145 x 208 x 82 cm
Peso: 125 Kg
Rilevazione cardio: fascia cardio e sensori palmari

FUNZIONI DISPLAY
Display: display grafico led con profili
Programmi: 13
Tipo di programmi: manuale, quick start, hrc, profili preimpostati, users

1 **Programmi HRC** con controllo cardio a fascia toracica
2 **Maniglioni rehab** per controllare i tuo battiti
3 **Design esclusivo** ampia area per la corsa

TREADMILL CLASSIC 3.0 Tieniti in forma con programmi stimolanti

Frequenza utilizzo: quotidiana
Peso max utilizzatore: 135 kg
Tipo di utilizzo: domestico

CARATTERISTICHE TECNICHE
Potenza motore: 2,5 HP continui (standard IEC S2)
Velocità: 0,8-20 km/h
Elevazione elettronica: 0-12%
Superficie di corsa: 50 x 150 cm
Dimensioni aperto (lungh. x largh. x h):
140 x 193 x 91 cm
Peso: 101 Kg
Rilevazione cardio: fascia cardio e sensori palmari

FUNZIONI DISPLAY
Display: 2 schermi lcd retroilluminati blu
Programmi: 23
Tipo di programmi: manuale, quick start, programmi preimpostati, users
Funzioni avanzate: Fitness test body fat

1 **Funzioni avanzate** per personalizzare l'allenamento
2 **Design esclusivo** accesso facilitato
3 **Doppio display** per avere sotto controllo tutti i dati dell'allenamento

TREADMILL CLASSIC 1.0 Il tapis roulant ideale per iniziare a correre

Frequenza utilizzo: quotidiana
Peso max utilizzatore: 135 kg
Tipo di utilizzo: domestico

CARATTERISTICHE TECNICHE
Potenza motore: 2,0 HP continui (standard IEC S2)
Velocità: 0,8-18 km/h
Elevazione elettronica: 0-12%
Superficie di corsa: 50 x 150 cm
Dimensioni aperto (lungh. x largh. x h):
140 x 193 x 91 cm
Peso: 101 Kg
Rilevazione cardio: sensori palmari e fascia cardio opzionale

FUNZIONI DISPLAY
Display: schermo lcd retroilluminati blu
Programmi: 23
Tipo di programmi: manuale, quick start, programmi preimpostati, users
Funzioni avanzate: Fitness test body fat

1 **Funzioni avanzate** per personalizzare l'allenamento
2 **Design esclusivo** accesso facilitato

BIKE PURE 10.0 Allenamento intensivo e personalizzabile

Frequenza utilizzo: quotidiana
Peso max utilizzatore: 150 kg
Tipo di utilizzo: semi-professionale e domestico

CARATTERISTICHE TECNICHE
Sistema frenante: Elettromagnetico EMS
potenza 440 watt a 60 Rpm
Massa rotante: 14 Kg
Dimensioni (alt. x lungh. x largh.): 143 x 106 x 56,5 cm
Peso: 54 kg
Rilevazione cardio: fascia cardio e sensori palmari

FUNZIONI DISPLAY
Display: 10,2" tft-lcd touchescreen display
Dati visualizzati: tempo, velocità, distanza, calorie, pulsazioni, giri/min, watt
Programmi: 27
Tipo di programmi: manuale, quick start, watt costanti, hrc, programmi preimpostati, user
Funzioni avanzate: internet wifi, I-Phone dock, usb, media player, fitness test Vo max, T-scale, T-ride, T-road, T-music, Race, Multimedia Player

1 **Consolle multimediale**
per personalizzare l'allenamento

2 **Sistema frenante elettromagnetico EMS**
imposta la resistenza direttamente dalla consolle

3 **Sensori palmari**
per il rilevamento in tempo reale dei battiti

BIKE PURE 4.0 Affidabile e semplice da usare

Frequenza utilizzo: quotidiana
Peso max utilizzatore: 135 kg
Tipo di utilizzo: semi-professionale e domestico

CARATTERISTICHE TECNICHE
Sistema frenante: Magnetico con servomotore potenza 260 watt a 60 rpm
potenza 440 watt a 60 Rpm
Massa rotante: 14 Kg
Dimensioni (alt. x lungh. x largh.): 143 x 106 x 56,5 cm
Peso: 46,6 kg
Rilevazione cardio: sensori palmari e fascia cardio opzionale

FUNZIONI DISPLAY
Display: 6" color LCD retroilluminato
Dati visualizzati: tempo, velocità, distanza, calorie, pulsazioni, giri/min, watt
Programmi: 13
Tipo di programmi: manuale, quick start, watt costanti, hrc, programmi preimpostati, user
Funzioni avanzate: consolle compatibile con IOS e Android, blue tooth, recovery test, body fat e BMI

1 **Consolle interattiva multimediale**
per personalizzare l'allenamento

2 **Sistema frenante elettromagnetico EMS**
imposta la resistenza direttamente dalla consolle

3 **Sensori palmari**
per il rilevamento in tempo reale dei battiti

BIKE CLASSIC 3.0 Divertiti variando l'intensità dell'allenamento

Frequenza utilizzo: quotidiana
Peso max utilizzatore: 135 kg
Tipo di utilizzo: domestico

CARATTERISTICHE TECNICHE
Sistema frenante: Elettromagnetico EMS
potenza 350 watt a 60 Rpm
Massa rotante: 14 Kg
Dimensioni (alt. x lungh. x largh.): 129 x 97 x 70 cm
Peso: 43 kg
Rilevazione cardio: sensori palmari e fascia cardio opzionale

FUNZIONI DISPLAY
Display: 6" Lcd 2 colori retroilluminato
Dati visualizzati: tempo, velocità, distanza, calorie, pulsazioni, giri/min, watt
Programmi: 25
Tipo di programmi: manuale, quick start, watt costanti, hrc, programmi preimpostati, user
Funzioni avanzate: Fitness test recovery, body fat, BMI, T-scale

1 **Sistema frenante elettromagnetico EMS**
imposta la resistenza direttamente dalla consolle

2 **Funzione T-scale**
varia l'intensità e la durata dell'allenamento

BIKE CLASSIC 1.0 Comfort e semplice utilizzo

Frequenza utilizzo: quotidiana
Peso max utilizzatore: 135 kg
Tipo di utilizzo: domestico

CARATTERISTICHE TECNICHE
Sistema frenante: Magnetico con controllo manuale
potenza 250 watt a 60 rpm
Massa rotante: 14 Kg
Dimensioni (alt. x lungh. x largh.): 129 x 97 x 70 cm
Peso: 42 kg
Rilevazione cardio: sensori palmari e fascia cardio opzionale

FUNZIONI DISPLAY
Display: 4" Lcd
Dati visualizzati: tempo, velocità, distanza, calorie, pulsazioni, giri/min
Programmi: 3
Tipo di programmi: manuale, quick start, hrc
Funzioni avanzate: Fitness test recovery, body fat, BMI

1 **Rotelle posteriori**
utili per spostare comodamente la bici

2 **Comode regolazioni**
per un corretto posizionamento in sella

ELLIPTICAL PURE 8F Affidabile, accurata e facile da regolare

Frequenza utilizzo: quotidiana
Peso max utilizzatore: 150 kg
Tipo di utilizzo: semi-professionale e domestico

CARATTERISTICHE TECNICHE
Sistema frenante: Elettromagnetico EMS
potenza 350 watt a 60 Rpm
Massa rotante: 37 Kg
Dimensioni (alt. x lungh. x largh.): 129 x 97 x 70 cm
Peso: 43 kg
Rilevazione cardio: fascia cardio e sensori palmari

FUNZIONI DISPLAY
Display: 7" lcd display grafico full color
Dati visualizzati: tempo, velocità, distanza, calorie, pulsazioni, giri/min, watt
Programmi: 40
Tipo di programmi: manuale, quick start, watt costanti, hrc, programmi preimpostati, user
Funzioni avanzate: Fitness test Vo2 max, T-scale, T-ride

1 **Sistema frenante elettromagnetico EMS**
imposta la resistenza direttamente dalla console

2 **Fitness test Vo2**
misura la potenza aerobica e la quantità di ossigeno consumata

VOGA R25 Professionale ed estremamente compatto

Frequenza utilizzo: tutti i giorni
Peso max utilizzatore: 135 kg
Classe EN957: HB

CARATTERISTICHE TECNICHE
Sistema frenante: regolazione manuale
Livelli di resistenza: 8
Peso: 32 Kg
Dimensioni aperto (lungh. x largh. x h): 201 x 53 x 65 cm
Dimensioni ripiegato(lungh. x largh. x h): 102 x 53 x 124 cm
Massa rotante: 6 Kg
Rilevazione cardiaca con fascia toracica (opzionale)

FUNZIONI DISPLAY
Display da 5,5", LCD monocromatico
Dati visualizzati: tempo, distanza, tempo/500m, consumo calorico, frequenza cardiaca
Programmi: 3
Tipo di programma: avvio rapido, manuale, limite max/min frequenza cardiaca
Funzioni avanzate: test recupero frequenza cardiaca

1 **Grande display**
visualizza con semplicità i dati dell'allenamento

2 **Volano optimal drive**
funzionamento silenzioso e movimento omogeneo

3 **Ripiegabile**
ingombro minimo

MINIPALESTRA OMEGA

Frequenza utilizzo: quotidiana
Peso max utilizzatore: 140 kg
Tipo di utilizzo: domestico

CARATTERISTICHE TECNICHE
Pacco pesi piastre plastificate: 90 kg
Trasmissione: Carrucole su cuscinetti
Dimensioni (alt. x lungh. x largh.):
204 x 176 x 155 cm
Peso: 155 kg

ACCESSORI

GYM BALL AEROBICA

Per il training degli addominali e lo streching

Cod. 0450050011

PESI IN NEOPRENE

Per tutti gli esercizi isotonici

Cod. 0450050010
Cod. 0450050020
Cod. 0450050030

ACCESSORI

PESI FUN

Possono essere usati come pesi per polsi o caviglie.
Rivestiti in confortevole neoprene.

Cod. 0450050003 – **Peso 1 kg**

Cod. 0450050004 – **Peso 1,5 kg**

Cod. 0450050005 – **Peso 2 kg**

BARRE PUSH-UP

Per un training versatile. In metallo.

Cod. 0450050006

STRINGIPUGNI

Pratici, con molla in acciaio.

Cod. 0450050007

MATERASSINO

Facilmente ripiegabile. Dimensioni 180 x 60 x 0.6 cm

Cod. 0450050007

TREADMILLS

SCEGLI IL RITMO DEL TUO BENESSERE

Camminare è la forma più naturale di movimento e anche il modo più semplice per tenersi in forma: fa bene al cuore e alla circolazione, tonifica i muscoli, combatte lo stress e migliora l'umore! La corsa è l'attività aerobica che per eccellenza brucia più calorie ed è quella più allenante del sistema cardio-circolatorio e respiratorio.

Con le pedane da corsa Atala Home Fitness potrai godere di tutti i benefici della corsa o della camminata veloce quando vuoi, dove vuoi e senza traumi alle articolazioni che possano derivare dall'impatto tra le gambe e il terreno.

Estremamente versatili, sono adatte a tutti e in grado di soddisfare qualsiasi esigenza: camminare, marciare, correre... Scegli tu il ritmo per raggiungere il benessere.

Con Atala ti allenerai sempre in sicurezza, anche grazie alla Safety Key, che interrompe il motore in caso di malessere, al design ribassato per un facile accesso e al Soft Drop System, per richiudere agevolmente l'attrezzo una volta terminato l'esercizio.

COME SCEGLIERE IL MODELLO PIÙ ADATTO A TE

Scegli quello con il motore e la struttura adeguata al tuo peso e all'intensità di utilizzo che prevedi di fare.

· Se vuoi camminare, scegli un modello con motore potente e superficie di corsa ampia. I tappeti più piccoli non sono infatti adatti alle lunghe camminate.

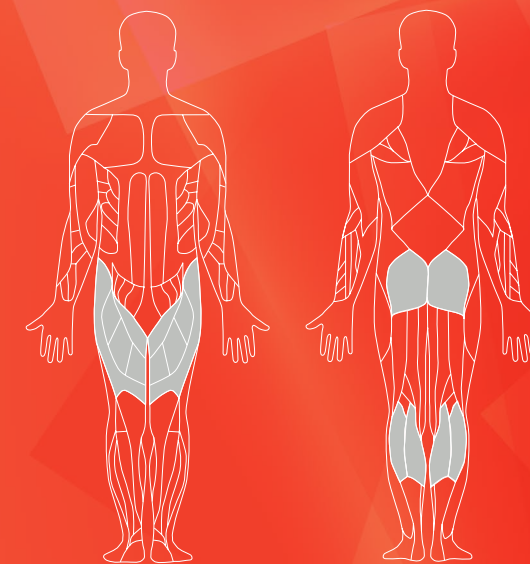
· Se sei già un buon corridore, verifica il sistema di ammortizzazione e i programmi di allenamento.

· Presta attenzione allo spessore di nastro e pedana e al diametro dei rulli per assicurarti un prodotto di qualità.

· Verifica le dimensioni e gli ingombri e la presenza di rotelle di spostamento.

TREADMILLS

Atala homefitness

L'USO REGOLARE E COSTANTE DEL TREADMILL CONSENTE DI ALLENARE E TONIFICARE: CUORE, QUADRICIPITI, TIBIALI, GLUTEI, POLPACCI.

PUMA 250T

È il cuore che guida il tuo allenamento, grazie al cardio pettorale e allo speciale programma HRC

Variable cushioning system
Heavy duty motors
Wide path
Super silent motors
Drive safe
Training programs
Soft drop system
Heart rate control
Low design
Fascia toracica
Quick speed & incline keys
Easy space

Tipo di impiego: da camminata lenta a corsa veloce
Frequenza utilizzo: tutti i giorni
Peso max utilizzatore: 130 kg

CARATTERISTICHE TECNICHE
Potenza di targa: 2,5 Hp - Turdan
Velocità: 0.8 - 18 km/h
Superficie di corsa: 50 x 141 cm
Dimensioni aperto (lungh. x largh. x h): 190 x 83 x 148 cm
Dimensioni ripiegato (lungh. x largh. x h): 82 x 83 x 162 cm
Inclinazione: elettrica su 12 livelli

FUNZIONI DISPLAY
Programmi 14,
5 a variazione della velocità,
6 a variazione dell'inclinazione,
2 personabilizzabili
Programmi HRC 1
Cardiofrequenzimetro palmare e pettorale
Dimensioni LCD 104 x 56 mm
Funzione countdown (tempo, distanza)
Funzione Body Mass Index
(verifica la composizione corporea
e la percentuale di massa grassa)

Cardio-frequenzimetro pettorale
allenamento aerobico completo

1 **Motore super potente e silenzioso Turdan 2,5 HP**
silenziosità e durabilità

2 **Ampia superficie**
correre con sicurezza

3 **Rulli di grosse dimensioni**
meno sollecitazioni sul motore, più durabilità

4 **Ricevitore cardio a fascia integrato**
misura precisa dei battiti, tenendo le mani libere

5 **Ammortizzazione VCS**
morbido davanti, reattivo dietro, si adatta ad ogni tipo di corsa

LION 300

Sicuro, grazie all'ampia superficie di corsa.
Veloce, grazie al motore tra i più potenti della categoria

Tipo di impiego: da camminata lenta a corsa veloce
Frequenza utilizzo: tutti i giorni
Peso max utilizzatore: 130 kg

CARATTERISTICHE TECNICHE
Potenza di targa: 3,0 Hp
Velocità: 1 - 22 km/h
Superficie di corsa: 50 x 141 cm
Dimensioni aperto (lungh. x largh. x h): 190 x 84 x 130 cm
Dimensioni ripiegato (lungh. x largh. x h): 116 x 84 x 167 cm
Inclinazione: elettrica su 20 livelli

FUNZIONI DISPLAY
Programmi 18
12 preimpostati (variazione velocità e inclinazione)
3 Personalizzabili
3 Own
Cardiofrequenzimetro palmare
Dimensioni LCD 85 x 180 mm
Funzione countdown (tempo, distanza, calorie)
Funzione odometro misura la distanza totale percorsa da tre utenti

1 **Assemblaggio easy**
completamente preassemblato per rendere ancora più semplice il montaggio

2 **Comandi velocità e inclinazione sui corrimano**
praticità e sicurezza

3 **Motore 3 HP**
durabilità anche nell'impiego intensivo

4 **Ingresso audio incluso**
allenarsi al giusto ritmo tutti i giorni

5 **Programmi OWN e USER**
personalizza il tuo allenamento

PANTHER 250

Allenamento completo adatto a tutte le esigenze

Tipo di impiego: da camminata lenta a corsa veloce
Frequenza utilizzo: tutti i giorni
Peso max utilizzatore: 120 kg

CARATTERISTICHE TECNICHE
Potenza di targa: 2,5 Hp
Velocità: 1 - 20 km/h
Superficie di corsa: 50 x 137 cm
Dimensioni aperto (lungh. x largh. x h): 190 x 84 x 130 cm
Dimensioni ripiegato (lungh. x largh. x h): 135 x 84 x 154 cm
Inclinazione: elettrica su 20 livelli

FUNZIONI DISPLAY
Programmi 25,
16 a variazione della velocità,
9 a variazione dell'inclinazione
Cardiofrequenzimetro palmare
Dimensioni LCD 67 x 118 mm
Funzione countdown (tempo, distanza, calorie)

1 **Assemblaggio easy**
completamente preassemblato per rendere ancora più semplice il montaggio

2 **Comandi velocità e inclinazione sui corrimano**
praticità e sicurezza

3 **Motore 2,5 HP**
impiego intensivo

4 **Ingresso audio incluso**
allenarsi al giusto ritmo tutti i giorni

5 **Inclinazione elettronica su 20 livelli**
puoi variare l'inclinazione direttamente dalla console

ZEBRA 200

Praticità e performance per il tuo allenamento

Tipo di impiego: da camminata veloce a corsa veloce
Frequenza utilizzo: 2-3 volte settimana o tutti i giorni sessioni di max 1 ora
Peso max utilizzatore: 110 kg

CARATTERISTICHE TECNICHE
Potenza di targa: 2,0 Hp
Velocità: 1 - 18 km/h
Superficie di corsa: 45 x 125 cm
Dimensioni aperto (lungh. x largh. x h): 170 x 76 x 135 cm
Dimensioni ripiegato (lungh. x largh. x h): 92 x 76 x 142 cm
Inclinazione: elettrica su 16 livelli

FUNZIONI DISPLAY
Programmi 25
16 a variazione della velocità,
9 a variazione dell'inclinazione
Cardiofrequenzimetro palmare
Dimensioni LCD 67 x 118 mm
Funzione countdown (tempo, distanza, calorie)

PERSONAL TRAINER
personaltrainer@atala.it

1 **Assemblaggio easy**
completamente preassemblato per rendere ancora più semplice il montaggio

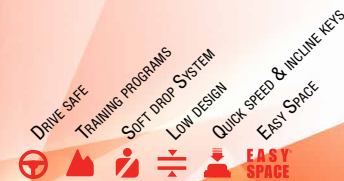
2 **Comandi sui corrimano**
praticità e sicurezza

3 **Display LCD retroilluminato**
visualizzazione completa del tuo allenamento

4 **Funzione countdown**
allenati e poni come obiettivo tempo, distanza o calorie consumate

5 **25 programmi con variazione di velocità e inclinazione**
trovi sempre il programma di allenamento adatto a te

COLLIE 175P BLUE

Varia l'inclinazione senza scendere dal treadmill

Tipo di impiego: da camminata veloce a corsa leggera
Frequenza utilizzo: 2-3 volte settimana sessioni di max 1 ora
Peso max utilizzatore: 100 kg

CARATTERISTICHE TECNICHE
Potenza di targa: 1,75 Hp
Velocità: 1 - 16 km/h
Superficie di corsa: 40 x 120 cm
Dimensioni aperto (lungh. x largh. x h): 167 x 71 x 130 cm
Dimensioni ripiegato (lungh. x largh. x h): 102 x 71 x 98 cm
Inclinazione: elettrica su 10 livelli

FUNZIONI DISPLAY
Programmi 25,
16 a variazione della velocità,
9 a variazione dell'inclinazione,
Cardiofrequenzimetro palmare
Dimensioni LCD 67 x 118 mm
Funzione countdown (tempo, distanza, calorie)

1 **Drive safe**
comandi sul corrimano: praticità e sicurezza

2 **Ammortizzazione con elastomeri**
più sicurezza per le tue articolazioni

3 **Soft Drop System**
apertura facile e sicura

4 **Nuovo Display LCD retroilluminato blue**
chiara lettura dei dati

5 **Inclinazione elettroica su 10 livelli**
per variare l'inclinazione dalla console

6 **25 programmi preimpostati**
per trovare sempre il programma adatto

TERRIER 175 BLUE

Pratico, compatto, completo

Tipo di impiego: da camminata veloce a corsa leggera
Frequenza utilizzo: 2-3 volte settimana sessioni di max 1 ora
Peso max utilizzatore: 100 kg

CARATTERISTICHE TECNICHE
Potenza di targa: 1,75 Hp
Velocità: 1 - 16 km/h
Superficie di corsa: 40 x 120 cm
Dimensioni aperto (lungh. x largh. x h): 167 x 71 x 130 cm
Dimensioni ripiegato (lungh. x largh. x h): 102 x 71 x 98 cm
Inclinazione: manuale su 3 livelli

FUNZIONI DISPLAY
Programmi 15
a variazione della velocità
Cardiofrequenzimetro palmare
Dimensioni LCD 67 x 118 mm
Funzione countdown (tempo, distanza, calorie)

1 **Drive safe**
comandi sul corrimano: praticità e sicurezza

2 **Ammortizzazione con elastomeri**
più sicurezza per le tue articolazioni

3 **Soft Drop System**
apertura facile e sicura

4 **Nuovo Display LCD retroilluminato blue**
chiara lettura dei dati

5 **Funzione countdown**
allenati e poni come obiettivo tempo, distanza o calorie consumate

6 **15 programmi preimpostati**
per trovare sempre il programma adatto

personaltrainer@atala.it

Tabella riassuntiva

		Puma 250T	Lion 300	Panther 250	Zebra 200	Collie 175P Blue	Terrier 175 Blue
FUNZIONI DISPLAY E COMANDI	Display	LCD retro-illum.	LCD retro-illum.	LCD retro-illum.	LCD retro-illum.	LCD	LCD
	Programmi var. velocità e inclinazione	11	15	25	25	25	15
	Programmi HRC	1					
	Programmi utente	2	3				
	Altri programmi	Body Mass Index	Distanza, calorie	Distanza, calorie	Distanza, calorie	Distanza, calorie	Distanza, calorie
	Cardio	Palmare & pettorale	Palmare	Palmare	Palmare	Palmare	Palmare
	Tasti selezione rapida	4 veloc. + 4 inclin.	4 veloc. + 4 inclin.	3 veloc. + 3 inclin.	6 veloc. + 6 inclin.	3 veloc. + 3 inclin.	6 veloc.
	Comandi velocità e inclinaz. sui corrimano	Sì	Sì	Sì	Sì	Sì	Sì
SPECIFICHE TECNICHE	Tipo motore	DC - corrente continua (Turdan)	DC - corrente continua	DC - corrente continua	DC - corrente continua	DC - corrente continua	DC - corrente continua
	Potenza di targa	2,5 Hp	3,0 Hp	2,5 Hp	2 Hp	1,75 Hp	1,75 Hp
	Velocità	0.8 - 18 km/h	1 - 22 km/h	1 - 20 km/h	1 - 18 km/h	1-16 km/h	1-16 km/h
	Livelli inclinazione	12	20	20	16	10	3
	Ammortizzazione	Elastomeri, VCS	Elastomeri	Elastomeri	Elastomeri	Elastomeri	Elastomeri
	Superficie di corsa	50 x 141 cm	50 x 141 cm	50 x 137 cm	45 x 125 cm	40 x 120 cm	40 x 120 cm
	Spessore pedana	18 mm	18 mm	18 mm	18 mm	15 mm	15 mm
	Diametro rulli	2,3"	2"	1,8"	1,8"	1,8"	1,8"
	Peso max utilizzatore	130 kg	130 kg	120 kg	110 kg	100 kg	100 kg

VARIABLE CUSHIONING SYSTEM

La pedana, più morbida davanti e più rigida nella parte posteriore, risponde in modo ottimale alle diverse sollecitazioni.

HEAVY DUTY MOTORS

Un motore potente, per supportare efficacemente anche "taglie superiori".

WIDE PATH

Superficie di corsa ampia e confortevole.

SUPER SILENT MOTORS

I motori dei treadmill Atala sono estremamente silenziosi, per un allenamento confortevole per te e rispettoso della quiete dei vicini.

DRIVE SAFE

Comfort massimo grazie alla possibilità di comandare velocità e inclinazione in modo agevole e totalmente sicuro, senza mai lasciare la presa dai corrimano.

TRAINING PROGRAMS

Allenamento facile ed efficace grazie alla varietà di programmi.

EASY SPACE

Dimensioni contenute e ingombri ridotti.

SOFT DROP SYSTEM

Una volta ripiegato, la riapertura del treadmill Atala è facile e sicura, con discesa servo-assistita.

HEART RATE CONTROL PROGRAM

Un allenamento è efficace solo se è effettuato in regime aerobico, ed è quindi il livello del battito che ne regola l'intensità. Il programma cardio-training regola automaticamente lo sforzo da effettuare (variando velocità o inclinazione) in base agli obiettivi da raggiungere e seguendo il vostro ritmo cardiaco.

LOW DESIGN

Il design del treadmill è progettato con una pedana da corsa ribassata, per correre in modo sicuro e confortevole.

FASCIA TORACICA

Dotato di cardio-frequenzimetro a fascia toracica, per controllare il tuo allenamento aerobico agevolmente e con precisione, senza preoccupazioni e intralci durante la corsa.

QUICK SPEED & INCLINE KEYS

Possibilità di selezionare rapidamente e in modo sicuro velocità e inclinazione, grazie agli appositi tasti posizionati anche sui corrimano, oltre che sulla console.

EASY ASSEMBLY

I treadmill con montaggio semplificato sono dotati di un imballo speciale, in cui il treadmill è riposto preassemblato. Non serve collegare alcun cavo,ma basta rimuoverlo dall'imballo: l'attrezzo è già completamente assemblato e necessita solo di stringere poche viti per iniziare il proprio allenamento.

CONSIGLI PER UN UTILIZZO UTILIZZO DEI TREADMILLS

Postura: Eretta ma non rigida, testa alta, collo dritto, spalle allineate ai fianchi. Le braccia si muovono morbide e rilassate in senso contrario alle gambe nella camminata, nella corsa sono flesse. Nella corsa non correre sui talloni e/o con passo eccessivamente pesante per evitare contraccolpi alla schiena e danni alle componenti meccaniche del tappeto. Correre al centro del nastro.

Allenamento: per suggerimenti e tabelle di allenamento rivolgersi al Personal Trainer Atala, registrandosi gratuitamente sul sito **atala.it**.

Avvio e discesa: impostare il tappeto a bassa velocità (1 km/h), posizionarsi sulle guide laterali e attendere che il nastro inizi a muoversi prima di salirvi sopra. Attendere che il nastro sia completamente fermo prima di scendere dalla pedana. Mantenere sempre attaccata la Safety Key per garantire una maggiore sicurezza in caso di caduta.

Cardiofrequenzimetro: si ricorda che la fascia toracica o i sensori palmari non rappresentano uno strumento medico e per i primi 30 secondi di funzionamento non danno risultati affidabili. Umidificare leggermente le mani o il petto in caso di difficoltà di lettura del battito cardiaco.

Per la CORRETTA MANUTENZIONE DEL TREADMILL, leggere attentamente il libretto di uso e manutenzione. In particolare:
Procedere con la **lubrificazione periodica dell'attrezzo,** usando il lubrificante specifico **Byte Silic-One**, che migliora lo scorrimento del nastro e protegge la vita del tuo motore. Per garantire lunga durata ed efficienza si consiglia di lubrificare la pedana ogni 20 ore di utilizzo o almeno ogni due settimane.

Verificare almeno una volta al mese il **serraggio di viti e dadi** delle parti di sostegno che potrebbero allentarsi a causa delle vibrazioni.

Posizionare il treadmill al coperto, al riparo da umidità e polvere, evitare luoghi come garage o patio coperto.

La mancata osservanza delle istruzioni contenute nel libretto invaliderà la garanzia dell'attrezzo.

STATIONARY BIKES

LA REGINA DEGLI ATTREZZI HOME FITNESS!

Andare in bici è divertente, salutare ed è indicato per tutte le età e condizioni fisiche. Pedalare con costanza ha innumerevoli effetti benefici sul nostro corpo: è un esercizio aerobico ideale per migliorare la propria forma fisica e la capacità respiratoria e per allenarsi.

Con le Stationary bikes Atala puoi beneficiare di tutti i vantaggi della bicicletta, stando comodamente a casa tua.

Tanti modelli in grado di soddisfare tutte le esigenze di utilizzo, dall'allenamento aerobico intenso a quello più dolce e rilassante, come una passeggiata in bici.

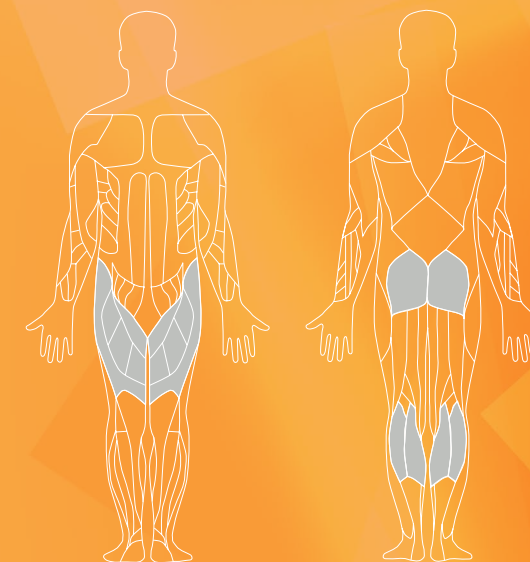
In tutti i casi, massima affidabilità e comfort di utilizzo: sella e manubrio regolabili le rendono adatte a tutta la famiglia e assicurano la postura più corretta, mentre il display consente di monitorare costantemente il lavoro svolto.

COME SCEGLIERE IL MODELLO PIÙ ADATTO A TE

Scegli il modello più adatto a te in base alla tua taglia e al tipo di allenamento.

- Verifica la frequenza di utilizzo. Il movimento centrale in tre pezzi ha caratteristiche di durata, fluidità del movimento e precisione superiore al tipo Fauber (singolo pezzo).
- Qualità dei cuscinetti, precisione di assemblaggio e corretto allineamento del movimento centrale sono garantite dall'esperienza di Atala.
- Prova la fluidità e la precisione del movimento e affidati a fornitori qualificati, in grado di simulare perfettamente il miglior movimento di pedalata.
- Tutti i modelli Atala (ad esclusione delle spin bikes) hanno movimento a ruota libera (come le bici) per garantire la massima sicurezza di utilizzo.
- Prova la posizione in sella, la possibilità di regolazione di sedile (in altezza e profondità) e manubrio e se ti è facile montarci.
- Valuta se vuoi un computer che ti assista con programmi di allenamento.
- Prova se la resistenza della pedalata è adatta all'obiettivo del tuo allenamento.
- Verifica le dimensioni e gli ingombri.

STATIONARY BIKES

PER ALLENARE E TONIFICARE: CUORE, QUADRICIPITI, TIBIALI, GLUTEI, POLPACCI.

FITSPIN 6.1 La migliore simulazione della corsa in bicicletta

Tipo di impiego: alta intensità
Frequenza utilizzo: tutti i giorni
Peso max utilizzatore: 130 kg
Taglie: M - L - XL - XXL

CARATTERISTICHE TECNICHE
Resistenza: pattini in feltro laterali
Regolazione: regolazione di precisione, con freno emergenza
Trasmissione: a catena, ruota fissa
Peso volano: 19,5 kg ±10%
Dimensioni (lungh. x largh. x h): 130 x 52 x 112 cm
Pedivelle da 17 cm

FUNZIONI DISPLAY
Dimensioni LCD: 77 X 43 mm
Dati visualizzati: velocità, distanza parziale, tempo, calorie approx

1 **Sella sportiva**
seduta ergonomica

2 **Massima sicurezza**
telaio e sistema frenante rinforzati

3 **Peso bilanciato**
massima stabilità

4 **Volano optimal drive**
grande fluidità nella simulazione delle salite e delle discese

Display LCD (optional)
visualizzazione chiara e definita dei dati di allenamento

EAGLE ERGO Per un controllo elettronico della potenza e dell'allenamento

Tipo di impiego: da bassa ad alta intensità
Frequenza utilizzo: tutti i giorni
Peso max utilizzatore: 130 kg
Taglie: M - L - XL

CARATTERISTICHE TECNICHE
Resistenza: magnetica regolabile elettricamente su 16 livelli
Movimento centrale: in 3 pezzi one way
Trasmissione: cinghia poly V - ruota libera
Ergometro: 25-250 W
Dimensioni (lungh. x largh. x h): 51 x 79 x 132 cm
Pedivelle: da 170 cm

FUNZIONI DISPLAY
Tipo: retroilluminato a due colori, dimensioni: 131 x 67 mm
Dati visualizzati: giri/min, data, tempo, distanza totale, distanza parziale, calorie approx, temperatura, pulsazioni, velocità
Funzione recupero
Programmi: 16 (1 personalizzabile)
Programmi HRC: 55 %, 75 %, 90 %
Cardiofrequenzimetro: palmare

UTILIZZO DELL'ERGOMETRO
Scegli la frequenza cardiaca target: a seconda dell'obiettivo il computer regola automaticamente l'intensità dello sforzo per raggiungere con efficacia il risultato desiderato.

1 **Funzione ergometro**
misurazione del lavoro svolto in Watt, programma a Watt costanti

2 **Regolazione sella**
in altezza e profondità; manubrio regolabile massima ergonomia

3 **Pedali bilanciati**
praticità d'uso

4 **Comode rotelle**
facilità di spostamento

FACILA ERGO

Resistenza elettronica per un allenamento personalizzato

Tipo di impiego: da bassa ad alta intensità
Frequenza utilizzo: tutti i giorni
Peso max utilizzatore: 120 kg
Taglie: M - L - XL

CARATTERISTICHE TECNICHE
Resistenza: magnetica regolabile elettronicamente su 8 livelli
Trasmissione: cinghia poly V - ruota libera
Movimento centrale: Fauber one way
Dimensioni (lungh. x largh. x h): 95 x 51 x 120cm
Pedivelle: da 135 mm

FUNZIONI DISPLAY
Tipo: retroilluminato a due colori, dimensioni: 62 x 128 mm
Dati visualizzati: velocità, tempo, distanza, calorie approx., pulsazioni, temperatura esterna
Cardiofrequenzimetro: palmare
Altre funzioni:
Mass Body Fat: indica la composizione corporea e la massa grassa
Recover: misura la capacità di recupero cardiaca
Race: gara contro avversario computerizzato

UTILIZZO DELL'ERGOMETRO
Scegli la frequenza cardiaca target: a seconda dell'obiettivo il computer regola automaticamente l'intensità dello sforzo per raggiungere con efficacia il risultato desiderato.

1 **Pedivelle con dimensioni ridotte**
più semplice pedalare anche in caso di mobilità ridotta

2 **Regolazione** sella in altezza e profondità, manubrio regolabile: è semplice trovare la posizione più ergonomica

3 **Funzione avanzata recupero pulsazioni**
migliori la capacità di recupero del tuo cuore a ogni allenamento

4 **Console interattiva**
gareggi contro il computer come in un videogame

FALCON

Fluidità nella pedalata e grande comfort

Tipo di impiego: da bassa ad alta intensità
Frequenza utilizzo: tutti i giorni
Peso max utilizzatore: 130 kg
Taglie: M - L - XL

CARATTERISTICHE TECNICHE
Resistenza: magnetica regolabile 8 posizioni
Movimento centrale: in 3 pezzi one way
Trasmissione: cinghia poly V - ruota libera
Dimensioni (lungh. x largh. x h): 51 x 79 x 132 cm
Pedivelle: da 170 mm

FUNZIONI DISPLAY
Dimensioni: 82 x 44 mm
Dati visualizzati: giri/min, tempo, distanza, calorie approx, temperatura, pulsazioni, orologio, velocità, scan
Altre funzioni:
Body Mass Index (indica la composizione corporea e la massa grassa)
Recover (misura la capacità di recupero cardiaca)

1 **Maxi manubrio regolabile**
per trovare la posizione ideale

2 **Sella regolabile**
in altezza e profondità comfort ed ergonomia

3 **Movimento centrale in 3 pezzi**
durabilità

4 **Funzione Body Mass Index**
misura i tuoi miglioramenti a ogni allenamento

VIVA EVO

NEW PRODUCT!

Massima personalizzazione per una corretta ergonomia

Tipo di impiego: bassa e media intensità
Frequenza utilizzo: tutti i giorni
Peso max utilizzatore: 120 kg
Taglie: M - L - XL

CARATTERISTICHE TECNICHE
Resistenza: magnetica regolabile 8 posizioni
Trasmissione: cinghia poly V
Movimento centrale: 3 pezzi su cuscinetti a sfera
Dimensioni (lungh. x largh. x h): 117 x 57 x 123 cm
Pedivelle: 15 cm

FUNZIONI DISPLAY
Dimensioni: 127 x 60 mm
Dati visualizzati: velocità, tempo, distanza, calorie approx., pulsazioni
Cardiofrequenzimetro: palmare

1 **Sella regolabile orrizzontalmente** per una perfetto posizionamento
2 **Stabilizzatori extra** massima stabilità
3 **Movimento centrale in 3 pezzi**
4 **Comfort ed ergonomia** manubrio regolabile e impugnabile su 5 posizioni

FACILA

Adatta a chi ha una mobilità articolare ridotta

Tipo di impiego: bassa e media intensità
Frequenza utilizzo: tutti i giorni
Peso max utilizzatore: 110 kg
Taglie: XS - S - M

CARATTERISTICHE TECNICHE
Resistenza: magnetica regolabile 8 posizioni
Trasmissione: cinghia poly V - ruota libera
Movimento centrale: Fauber one way
Dimensioni (lungh. x largh. x h): 123 x 51 x 138 cm
Pedivelle: da 165 mm

FUNZIONI DISPLAY
Dimensioni: 52 x 24 mm
Dati visualizzati: velocità, tempo, distanza, calorie approx., odometro, pulsazioni
Cardiofrequenzimetro: palmare

Display LCD semplificato

1 **Vero accesso facilitato** più facile montare in sella
2 **Stabilizzatori maxi**
3 **Manubrio regolabile** massima ergonomia

FACILA SWAN EVO

Accesso facilitato e praticità per il tuo allenamento

NEW PRODUCT!

Tipo di impiego: da bassa a media intensità
Frequenza utilizzo: quotidiana
Peso max utilizzatore: 120 kg
Taglie: M - L - XL

CARATTERISTICHE TECNICHE
Resistenza: magnetica regolabile 8 posizioni
Trasmissione: cinghia poly V
Dimensioni (lungh. x largh. x h): 1015 x 510 x 1381 cm
Pedivelle: 135 mm
Movimento centrale: Fauber

FUNZIONI DISPLAY
Dimensioni: 66 x 36 mm
Dati visualizzati: velocità, distanza, tempo, pulsazioni, calorie approx, odometro, scan
Cardiofrequenzimetro: palmare

1 **Sella regolabile**
in altezza e profondità comfort ed ergonomia

2 **Manubrio regolabile**
comodità e sicurezza

3 **Accesso facilitato**
più facile montare in sella

FINCH EVO

Allenarsi non è mai stato così divertente

NEW PRODUCT!

Tipo di impiego: da bassa a medio-alta intensità
Frequenza utilizzo: quotidiana
Peso max utilizzatore: 100 kg
Taglie: XS - S - M

CARATTERISTICHE TECNICHE
Resistenza: magnetica regolabile 8 posizioni
Trasmissione: cinghia - ruota libera
Movimento centrale: Fauber
Dimensioni (lungh. x largh. x h): 86 x 54 x 133 cm
Pedivelle: da 15 cm

FUNZIONI DISPLAY
Dimensioni: 72 x 40 mm
Dati visualizzati: velocità, distanza, tempo, pulsazioni, calorie appr., odometro, scan
Cardiofrequenzimetro: palmare

1 **Pedali bilanciati**
sempre pronti all'impiego

2 **Manubrio regolabile**
comodità e sicurezza

3 **Ruote integrate**
spostala facilmente dove vuoi

Tabella riassuntiva

		Fit Spin 6.1	Eagle Ergo	Facila Ergo	Falcon	Viva Evo	Facila	Facila Swan Evo	Finch Evo
FUNZIONI DISPLAY E COMANDI	Display	LCD optional	LCD retro-illum. 2 colori	LCD retro-illum. 2 colori	LCD	LCD	LCD	LCD	LCD
	Dati Visualizzati	Velocità, distanza parziale, tempo, calorie approx	giri/min, data, tempo, distanza totale, distanza parziale, calorie approx, temperatura, pulsazioni, velocità	Velocità, tempo, distanza, calorie, pulsazioni, temperatura esterna	Velocità, giri/min, tempo, distanza, calorie approx, temperatura, pulsazioni, orologio,scan	Tempo, velocità, distanza, calorie, approx, odometro, pulsazioni, scan	Velocità, tempo, distanza, odometro calorie approx., pulsazioni	Tempo, velocità, distanza, calorie, approx, odometro, pulsazioni, scan	Tempo, velocità, distanza, calorie, approx, odometro, pulsazioni, scan
	Programmi		16	12					
	Funzione Ergometro		si	si					
	Programmi HRC		si	si					
	Programmi utente		si	si					
	Altri programmi funzioni		Funzione recupero	Body Fat, Recover, Race	Body Fat, Recover				
	Cardio		Palmare	Palmare	Palmare	Palmare	Palmare	Palmare	Palmare
SPECIFICHE TECNICHE	Resistenza	tangenziale Pattini feltro - laterali	Magnetica	Magnetica	Magnetica	Magnetica	Magnetica	Magnetica	Magnetica
	Trasmissione	Catena, ruota fissa	Cinghia, ruota libera	Cinghia, ruota libera	Cinghia, ruota libera	Cinghia, ruota libera	Cinghia, ruota libera	Cinghia, ruota libera	Cinghia, ruota libera
	Regolazione resistenza	micrometrica con freno emergenza	Da console 16 livelli	Da console 8 livelli	Manuale 8 livelli	Manuale 8 livelli	Manuale 8 livelli	Manuale 8 livelli	Manuale 8 livelli
	Peso max utilizzatore	130 kg	130 kg	120 kg	130 kg	120 kg	110 kg	120 kg	100 kg
	Movim. Centrale	3 pezzi	3 pezzi	Fauber	3 pezzi	3 pezzi	Fauber	Fauber	Fauber
	Taglia Statura	M - L - XL - XXL	M - L - XL	M - L - XL	M - L - XL	M - L - XL	XS - S - M	M - L - XL	XS - S - M

TAGLIE / STATURA: **XS** cm 150 - 165 **S** cm 165 - 171 **M** cm 171 - 178 **L** cm 178 - 186 **XL** cm 187 - 195 **XXL** cm. 195 - 210

CONSIGLI PER UN CORRETTO UTILIZZO DELLE STATIONARY BIKES ATALA

Per far lavorare bene tutti i muscoli e svolgere un buon esercizio fisico è indispensabile mantenere una postura adeguata sulla stationary bike.

Al primo allenamento, regolare sella e manubrio:

· **Regolazione della sella in altezza.** Seduti sulla bike, l'altezza della sella deve essere tale che, poggiando il tallone sul pedale basso, l'arto inferiore sia completamente esteso. Durante la pedalata, con il pedale in basso l'angolo tra la coscia e la gamba, non deve superare il 90% della completa estensione. Se pedalando da seduti si muove molto il bacino, la sella potrebbe essere troppo alta; se pedalando da seduti si portano le ginocchia esternamente, la sella potrebbe essere troppo bassa.

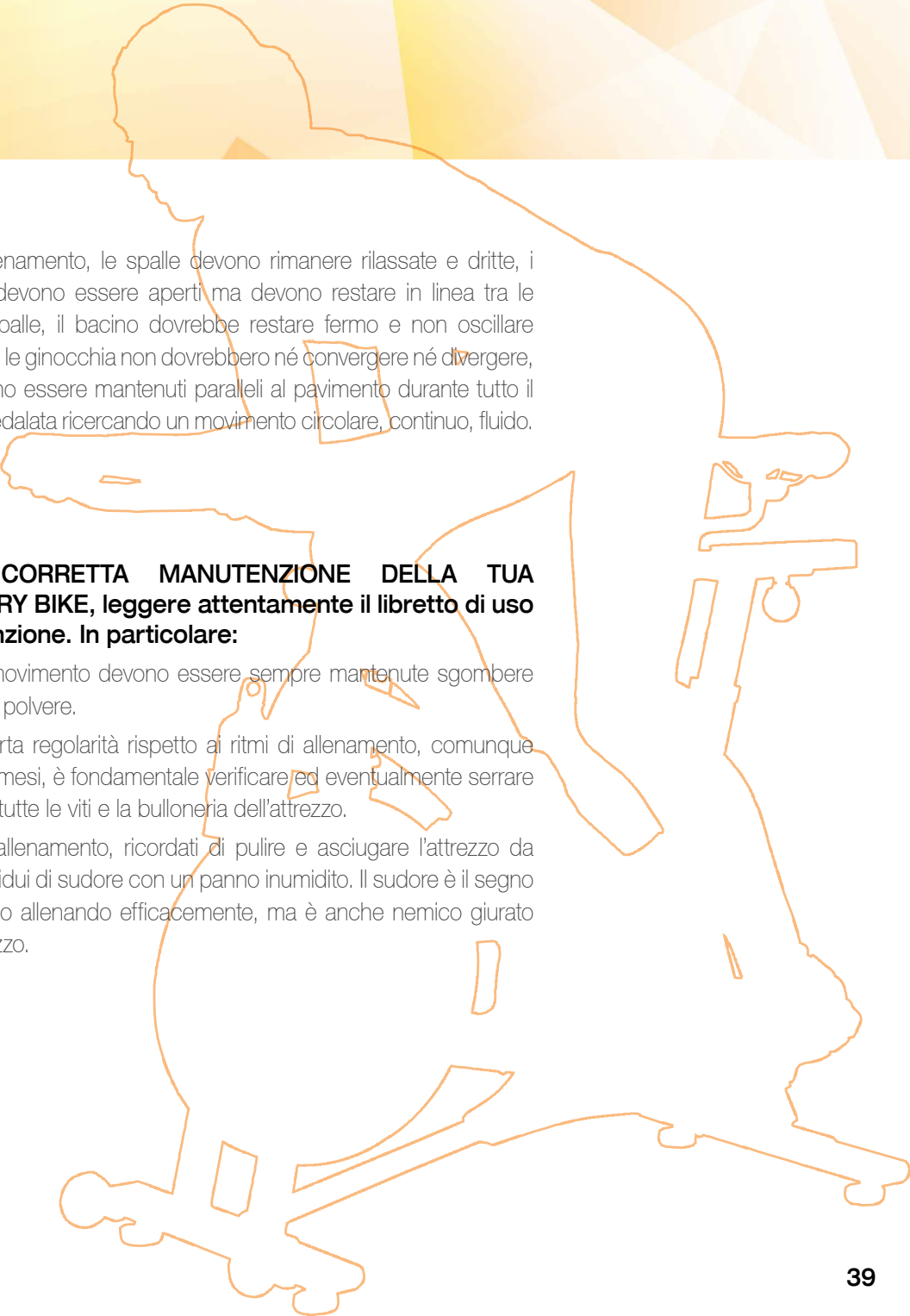
· **Regolazione del manubrio in altezza** (se possibile). Posizionare il manubrio almeno 5 cm. al di sopra della linea della sella. Le persone con problemi alla schiena, soprattutto al tratto lombare, dovrebbero tenere il manubrio più alto per mantenere il busto in posizione eretta, togliendo in questo modo tensione dal tratto lombare.

Durante l'allenamento, le spalle devono rimanere rilassate e dritte, i gomiti non devono essere aperti ma devono restare in linea tra le mani e le spalle, il bacino dovrebbe restare fermo e non oscillare lateralmente, le ginocchia non dovrebbero né convergere né divergere, i piedi devono essere mantenuti paralleli al pavimento durante tutto il ciclo della pedalata ricercando un movimento circolare, continuo, fluido.

Per la CORRETTA MANUTENZIONE DELLA TUA STATIONARY BIKE, leggere attentamente il libretto di uso e manutenzione. In particolare:

Le parti in movimento devono essere sempre mantenute sgombere da sporco e polvere.

Con una certa regolarità rispetto ai ritmi di allenamento, comunque mai oltre i 2 mesi, è fondamentale verificare ed eventualmente serrare saldamente tutte le viti e la bulloneria dell'attrezzo.

Dopo ogni allenamento, ricordati di pulire e asciugare l'attrezzo da eventuali residui di sudore con un panno inumidito. Il sudore è il segno che ci stiamo allenando efficacemente, ma è anche nemico giurato di ogni attrezzo.

ELLIPTICALS

UN SOLO MOVIMENTO, IL MASSIMO DELL'ALLENAMENTO

Le biciclette ellittiche assicurano un allenamento completo, facendo lavorare contemporaneamente la parte superiore e inferiore del corpo.

Dal punto di vista aerobico, il dispendio energetico può essere paragonato a quello di una corsa di buona intensità, ma durante l'esercizio si allenano e tonificano non solo le gambe, ma anche braccia e spalle, pettorali e dorsali.

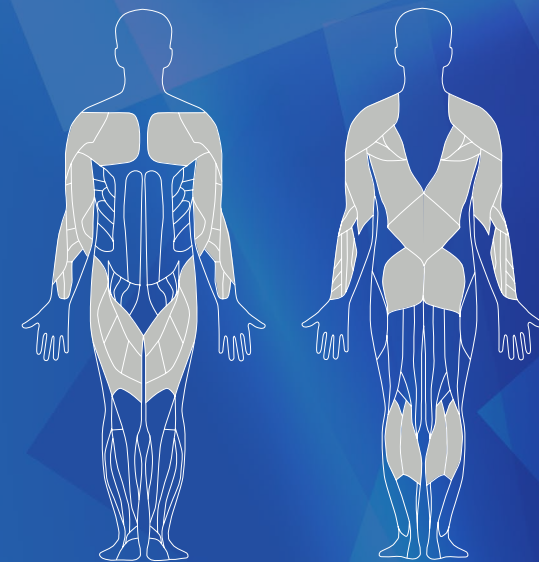
Le ellittiche sono tra i più efficaci e sicuri attrezzi ginnici. Efficace perché allenarsi in modo costante e corretto con un'ellittica fa dimagrire e tonificare (sempre se abbinato ad una corretta alimentazione!), aiuta la circolazione e migliora la resistenza cardiaca. Sicuro perché il movimento ellittico non stressa caviglie e ginocchia.

Le ellittiche Atala Home Fitness sono progettate per garantire la migliore ergonomia e la massima naturalezza e fluidità del movimento ellittico, preservando la salute delle articolazioni. La regolazione delle posizioni di allenamento assicura poi una postura adeguata e confortevole.

Grazie al display, è inoltre possibile visualizzare informazioni utili per l'allenamento, come il tempo, la velocità, la distanza percorsa, le calorie bruciate la frequenza cardiaca.

COME SCEGLIERE IL MODELLO PIÙ ADATTO A TE

· Guarda che il movimento sia ampio e veramente ellittico, fluido e senza la percezione di eventuali scalini.
· Verifica che sia stabile e solido, con tubi di diametro e peso adeguato alla tua corporatura.
· Verifica il comfort di utilizzo: pedali regolabili e antiscivolo e computer di facile utilizzo.
· Verifica le dimensioni e gli ingombri.

ALLENARE IN CONTEMPORANEA ARTI INFERIORI E SUPERIORI

X FIT 300

Brucia le calorie con l'allenamento più completo e più sicuro per le tue articolazioni

Tipo di impiego: media - alta intensità
Frequenza utilizzo: tutti i giorni
Peso max utilizzatore: 130 kg

CARATTERISTICHE TECNICHE
Resistenza: magnetica regolabile su 8 livelli (50-335 W)
Movimento centrale: 3 pezzi, due vie
Trasmissione: cinghia poly V
Dimensioni (lungh. x largh. x h): 129 x 66 x 156 cm

FUNZIONI DISPLAY
Dimensioni: 82 x 44 mm
Dati visualizzati: giri/min, tempo, distanza, calorie approx, temperatura, pulsazioni, orologio, velocità, scan
Altre funzioni: recovery, Body Fat, Body Mass Index
Cardiofrequenzimetro: palmare

1 **Inclinazione e posizione pedali regolabili**
per agire in modo più mirato su gambe o glutei

2 **Portaborraccia e borraccia inclusi**

3 **Comode rotelle**
per uno spostamento agevole

Display LCD con funzioni avanzate

personaltrainer@atala.it

TONIC

PERCHÈ UTILIZZARE UNA PEDANA VIBRANTE

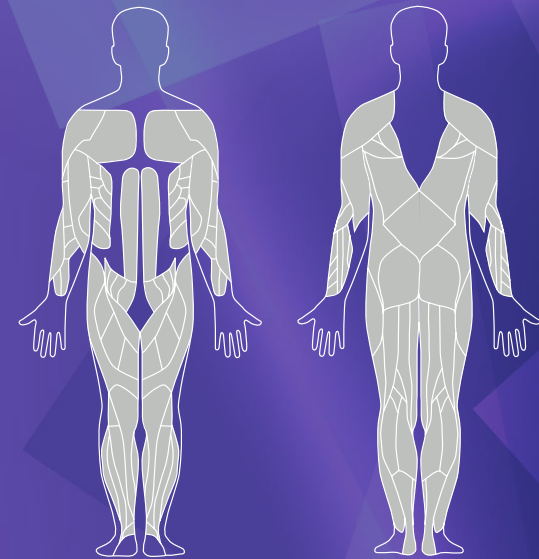
Per migliorare la tonicità e la forza muscolare, facendo lavorare praticamente la totalità delle fibre muscolari. Aumenta la densità ossea, migliora la coordinazione neuromuscolare e l'equilibrio.

Per eliminare la cellulite migliorando la circolazione sanguigna e stimolando il ritorno venoso e linfatico grazie alla contrazione muscolare.

COME IMPIEGARLA E QUANDO INVECE È SCONSIGLIATA

L'impiego tipo è in posizione di squat alto (in piedi, gambe leggermente flesse, posizione non rigida).

Questa è la postura maggiormente indicata per avere i massimi benefici e non subire fastidiosi effetti di riverbero dalle vibrazioni.

PER ALLENARE E TONIFICARE: QUADRICIPITI, TIBIALI, GLUTEI, POLPACCI.

POWER WAVE 500

Tipo di impiego: Arti inferiori e superiori con più posture
Frequenza utilizzo: 2/3 volte a settimana, sessioni max 90 sec. per 10 min. complessivi
Peso max utilizzatore: 120 kg

CARATTERISTICHE TECNICHE
Tipo movimento: oscillante
Ampiezza oscillazione: 3 mm
Frequenza oscillazione: 35 e 38 Hz
Dimensioni aperto (lungh. x largh. x h): 84 x 55 x 132 cm

FUNZIONI DISPLAY
Impostazioni tempo: regolabile 30, 60, 90 sec.
Impostazioni oscillazione: regolabile 35 o 38 Hz

Display LED illuminato

1 **Comandi semplici**
impiego sicuro

2 **Elastici in dotazione**
Più facile esercitare le braccia

3 **Ampi manubri**
per allenarsi in posizioni diverse

Tabella accessori - ricambi

Materiali di consumo e lubrificanti	Codice prodotto
Coppia pattini freno in feltro per FitSpin 5, FitSpin 6 e FitSpin 6.1	1498740365
Lubrificante Byte Silic-One: Spray a base siliconica (400 ml) che migliora lo scorrimento del nastro e protegge la vita del motore del tuo tapis roulant	5141005400
Computer	
Kit Computer per FitSpin 6 e FitSpin 6.1 (no cardio frequenzimetro)	1498740328
Kit Computer compatibile FitSpin 5, FitSpin 6 e Fitspin 6.1 (con cardiofrequenzimetro)	1498740200
Cardio frequenzimetri	
Cardio pettorale a fascia toracica universale, compatibile con ricevitori a frequenza 5,4 KHZ	1498723150
Cardiofrequenzimetro a lobo, compatibile con computer con aggancio tipo Jack 3,5 mm	1498305300
Pedali e movimento centrale	
Coppia pedali Home Fitness con filetto da ½ pollice	1364210101
Coppia pedali Home Fitness con filetto da 9/16 pollice	1364210100
Gruppo movimento centrale tipo Fauber	1498613100
Selle	
Sella generica Home Fitness con aggancio tondo per canotto a candela	1498744165
Sella generica Home Fitness con aggancio a triangolo (3 viti)	1498751113

Tabella imballi

Atala® TUNTURI®

	Codice	Dimensioni prodotto	Dimensioni imballo cm	Peso confez. kg
TREADMILL PURE 10.0	0450020110	148 x 208 x 82	212 x 87 x 37	136
TREADMILL PURE 4.0	0450020104	148 x 208 x 82	212 x 87 x 37	136
TREADMILL CLASSIC 3.0	0450020103	140 x 193 x 91	203 x 101 x 37	125
TREADMILL CLASSIC 1.0	0450020101	140 x 193 x 91	203 x 100 x 33	110
BIKE PURE 10.0	0450010020	143 x 106 x 57	108 x 31 x 77	59
BIKE PURE 4.0	0450010014	143 x 106 x 57	107 x 31 x 77	52
BIKE CLASSIC 3.0	0450010013	129 x 97 x 70	105 x 35 x 95	48
BIKE CLASSIC 1.0	0450010011	129 x 97 x 70	105 x 35 x 96	48
ELIPTICAL PURE 8.0 F	0450030008	165 x 179 x 71	119 x 46 x 89	89
VOGA R 25	0450040025	201 x 53 x 65	125 x 45 x 90	79
MINIPALESTRA OMEGA	0450061000	204 x 176 x 155	4 colli	tot. 155
LION 300	0410039487	190 x 84 x 130	200 x 86 x 34	110
PUMA 250T	0410053250	190 x 83 x 148	188 x 88 x 34	97
PANTHER 250	0410039476	190 x 84 x 130	200 x 86 x 34	93
ZEBRA 200	0410039465	170 x 76 x 135	169,5 x 76 x 32	77
COLLIE 175P BLUE	0410039453	167 x 71 x 130	173 x 73 x 25	65
TERRIER 175 BLUE	0410039452	167 x 71 x 130	173 x 73 x 25	64
FIT SPIN 6.1 RF	0400054596	130 x 52 x 112	103 x 26 x 86	48
EAGLE ERGO	0410040351	51 x 79 x 132	93 x 25 x 60	37
FALCON	0410040350	51 x 79 x 132	93 x 25 x 60	37
FACILA ERGO	0410040352	95 x 51 x 120	99 x 28 x 62	26
VIVA EVO	0400005020	102 x 52 x 145	99 x 28 x 58	31,5
FACILA MAGNETICA	0400003610	123 x 51 x 138	84 x 23 x 60	27
FACILA SWAN EVO	0400005010	102 x 51 x 138	98 x 28 x 62	28,5
FINCH EVO	0400005000	102 x 52 x 145	71 x 25 x 590	24
XFit 300	0410040610	129 x 66 x 156	123 x 38 x 56	57
Power Wave 500	0410120000	84 x 55 x 132	2 colli (82 x 61 x 41 - 109 x 16 x 9)	77

* Collo n. 1: 189 x 44 x 20,5 - 59 kg Collo n. 2: 28 x 14 x 22 - 37 kg Collo n. 3: 28 x 14 x 23 - 28 kg

Dedicati a tutti coloro che vogliono rimanere in forma senza rinunciare a comfort e relax, i prodotti Lygie completano l'offerta Atala con attrezzi home fitness appositamente selezionati per esigenze particolari.

Stationary Bikes

CL 90

Ciclo portatile motorizzato, per un'efficace ginnastica passiva per gambe e braccia

Programmi pre-impostati:
5 tempi impostati (3/6/9/12 o 15 minuti)
4 velocità impostabili (30/40/50 o 60 giri/min)

- Possibilità di invertire il senso di rotazione
- Pedali e manopole in dotazione
- Safe stop per garantire la sicurezza in caso di malore

Relax

MASSAGGIATORE SHIATSU

Prova il suo effetto rilassante

- Funzione massaggio infrarossi
- Velocità regolabile
- Vero massaggio shiatsu a impulsi
- Protezione termica di sicurezza

TOTAL CORE

Allenamento semplice ed ergonomico

- Supporto lombare
- Dvd personal trainer sottotitolato italiano
- Palla per esercizi mirati
- Adatto per addominali obliqui
- Incluso computer

LA GARANZIA ATALA HOME FITNESS

Tutti gli attrezzi ATALA HOME FITNESS
sono progettati tenendo conto delle esigenze
dell'utilizzatore e utilizzando i migliori
materiali e componenti disponibili.
Il Controllo di Qualità Atala garantisce
la stabilità degli standard qualitativi
e l'accuratezza dell'assemblaggio
dei componenti.

Atala garantisce ai propri clienti gli attrezzi
ATALA HOME FITNESS da eventuali difetti
dei materiali o di fabbricazione
per anni DUE dalla data dell'acquisto.
**La garanzia opera solo se l'acquirente esegue
correttamente le operazioni di manutenzione periodica.**

Per eventuali necessità, Atala si avvale
di una rete di Centri di Assistenza Tecnica (CAT)
distribuita su tutto il territorio italiano,
per un intervento sollecito e specializzato.

Per qualsiasi problematica o informazione,
è possibile rivolgersi al proprio rivenditore autorizzato.

Assistenza Tecnica Atala
E-mail: assistenzatecnica@atala.it
Fax: +39 039 2045302

Le attrezzature Atala Home Fitness
sono realizzate esclusivamente per uso domestico non professionale.
Tutte le caratteristiche tecniche sono indicative
e possono subire variazioni senza preavviso.